

Циклическое меню для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, 2 неделя

Сборник рецептов	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ	
			Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	А (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	С (мг)	Е (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)
Четверг 2 неделя																		
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
3/2011 Дели плюс	Батон (Хлебцы) с маслом	30/5	3,47	6,00	15,49	129,83												
93/2014	Каша кукурузная на воде	200	5,84	6,14	19,48	156,52	33,26	0,04	0,03	0,04	0,05			51,78	5,69	46,50	0,42	
397/2014 Дели плюс	Какао без молока / Чай с сахаром	180	3,68	3,82	15,35	110,50	36,00	0,08	0,22	1,82	0,26			171,57	22,16	140,52	0,40	
Итого:		415	15,54	18,26	50,47	428,35	141,70	0,18	0,51	3,29	0,44			371,21	54,15	337,52	6,41	4,21
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
372/2014 Дели плюс	Компот из яблок	180	0,16	0,16	11,18	46,86		0,01	0,01	4,08	0,08			6,74	3,67	4,49	0,92	
Итого:		200	0,06	0,10	19,00	88,00												1,58
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
54/2014 Дели плюс	Салат Степной	60	1,00	3,07	6,11	56,05		0,04	0,05	3,40	1,54			19,64	19,85	32,78	0,57	
58/2011	Борщ с картофелем без сметаны	200/10	5,20	8,54	13,03	149,74	17,00	0,09	0,09	13,25	1,94			44,42	26,97	85,50	1,36	
403/96	Плов с мясом	180	12,80	14,41	39,99	340,87		0,06	0,04	1,31	3,06			14,02	31,05	87,91	0,77	
	Сок	180	0,90	0,18	18,18	77,94		0,02	0,02	3,60	0,18			12,60	7,20	12,60	2,52	
	Хлеб ржаной	50	3,40	0,65	19,90	99,05		0,09	0,04		0,70			23,50	24,50	78,50	1,95	
ТТК	Хлеб пшеничный (Хлебцы)	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
Итого:		705	25,45	27,17	108,51	780,38	17,00	0,36	0,25	21,56	8,00			121,18	123,07	331,29	8,07	9,04
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
Таб.№24/96	Сезонные фрукты	100	1,56	0,52	21,84	98,28		0,04	0,05	10,40	0,42			8,32	43,68	29,12	0,62	
13/14	Салат из свеклы	60	0,41	3,65	1,10	38,93		0,02	0,01	4,07	1,66			9,88	8,13	17,50	0,29	
ТТК	Котлета рыбная "Веста" / Котлета мясная	70	9,65	8,93	5,68	141,65										0,14		
476/2013 Самара	Картофельное пюре без молока	130	2,93	5,08	23,88	152,97		0,18	0,10	29,30	2,14			17,59	33,87	85,66	1,34	
392/2014 Дели плюс	Чай с сахаром	180			9,98	39,92								0,30			0,03	
ТТК	Сушки	10		0,01	8,00	32,09												
ТТК	Хлеб пшеничный (Хлебцы)	25	2,15	0,33	11,30	56,73		0,06	0,02		0,58			7,00	13,50	34,00	0,90	
Итого:		575	16,70	18,52	81,78	560,57		0,29	0,19	43,77	4,79			43,09	99,19	166,42	3,19	6,82
Итого:		1 920	57,74	64,05	259,76	1 857,30	158,70	0,83	0,95	68,61	13,23			535,48	276,40	835,24	17,66	21,65



"Утверждаю"

Директор ООО "Ак Барс"

Галиева Э.А.

